



晒背,晒心情,也能晒出更多的社区朋友圈

长宁一小区新增「阳光岛」人气爆棚

上午10点,阳光正好,长宁区新泾镇协和家园南区的“阳光岛”人气爆棚。小区居民老崔摘下平日里常戴的棒球帽,坐在弧形座椅区,享受着冬日里暖身又暖心的“日光浴”,“有的人喜欢晒晒背,我喜欢摘掉帽子,晒晒前面、晒晒头”。

最近,长宁区新泾镇绿八居民区新添了一座“阳光岛”,位于协和家园南区阳光最充裕的健身广场旁。天气晴好的时候,这里几乎“天天爆满”,去“阳光岛”晒太阳已经成为小区里很多老年人的“重要日程”,还有老人自带小椅子过去。

“阳光岛”有何吸引力?记者挑了个阳光明媚的日子,去现场“晒了晒”寻找答案。

小区里多了座“阳光岛”,老人一起晒背、晒心情

看到老崔时,他正坐在“阳光岛”晒太阳,衣服口袋里装着一个银色保温杯。聊起“阳光岛”,他立即戴上眼镜,翻出手机里的照片,里面记录了“阳光岛”从无到有的过程。他笑称,自己是小区里的“监理”,天天看着“阳光岛”建得如何了。

和老崔一样,小区里不少老人都关注着“阳光岛”的建设。老崔说,他们这个小区有动迁房和公租房,动迁房老人多,公租房的年轻人有了小孩后,家中也有老人过来帮忙带孩子,所以小区里老年人多,冬天晒太阳的需求大。

但是小区里高楼林立,地面能晒到太阳的地方很“稀缺”。尤其是冬日日照不足,只有10号楼和16号楼之间的三岔路口无遮挡,阳光最充足。因此,“阳光岛”就建在了这里。

不下雨的早上,老人们会在健身广场上打打太极拳、练练八段锦。等到阳光正好时,再到“阳光岛”晒晒背、聊聊天。

“阳光岛”面积不大,占地约30平方米,形似一个小港湾,一张弧形的座椅向“阳”而立,一侧入口还设有无障碍坡道,大约可容纳10余人共同“晒背”。

刚享受完“日光浴”的老戈告诉记者:“冬天没风的时候,这里太阳是最好的。座椅区一半有靠背,一半没有,可以选择背靠着座椅晒晒前面,也

可以坐在那边背朝太阳晒晒背。今天因为风大,人不多,人多的时候这里坐满了。”

说着,他打开手机相册,找出了前两天拍的照片。照片上,老人们或站或坐,三三两两一起晒着太阳聊着天。

对宋阿姨来说,“阳光岛”也很有吸引力。由于腰部动过手术,腿关节也不好,她无法走远路,很少出去逛。有太阳的时候,到“阳光岛”晒晒太阳,已经成为她的“重要日程”之一。

谈谈天气、聊聊家常,发表下对当下时事热点的看法,说一说老年人相关的补贴政策……在享受“日光浴”的同时,老人们也喜欢聚在一起,交流信息,分享心情。有居民说,“远亲不如近邻,聊天心情肯定是愉快的”。

人气爆棚后小矛盾随之出现,“社区F4”来化解

“这里有个钉子,我待会拿个螺丝刀把它拧进去。否则别人坐在这里,裤子就要勾到了。”晒太阳时,老崔发现“阳光岛”的座椅上有个钉子凸了出来,便立即和老戈商量着待会把它拧进去,“这里面有晚上亮的灯带,之前修了下,估计没装好。”

退休后,老戈在一家国际旅行社工作,老崔做了几十年的电工和维修工作。现在他们都是社区志愿者,和另外两名志愿者一起被称为“社区F4”。

老戈在这个小区住了6年多,是最早搬过来的一批居民。几年时间里,他看着小区里的活动设施不断丰富:原本的干湿垃圾桶撤掉后换成了休闲椅,上海市目前最大的社区级生境花园——绿八乐颐生境花园落地……再到最近开放的“阳光岛”。

看到小区里有什么问题,他们一般先自己尝试解决下,搞不定再报上去,找人来维修处理。

“阳光岛”开放后“人气爆棚”,一些小矛盾也随之出现。在早上锻炼、晒背时,有居民吐槽有人把狗放在“阳光岛”的座位上。

“社区F4”听到后,专门在人少的时候,单独找到养狗的居民进行沟通,希望不要把狗放在座

位上。“我们人多的时候不要和他讲,人少的时候单独和他讲。现在这个问题就解决了,避免了邻里的矛盾。”老崔说。

在“阳光岛”晒太阳时,夏阿姨和其他人聊到了社区活动,觉得活动地方少。站在一旁的老崔听到后,立即告诉她,当天下午居委有教老年人玩手机的培训,以及在哪里可以打乒乓球等。

老崔说,之前小区建立了微信群,后来有的退出了,所以很多信息不畅通。他们在这边打太极拳、晒太阳的时候,也可以听到居民的一些问题和意见。

“阳光岛”能否推广?小高层林立的老年社区更适合

“阳光岛”开放后,除了小区居民定时打卡“日光浴”,前来参观的人也是一波接一波,还有人打电话过来咨询。

长宁区新泾镇绿八党总支书记刘观锡揭秘了“阳光岛”的诞生过程。在此前的群众走访中,绿八居民区党总支发现,小区里老年人多,他们有晒背的习惯。在“阳光岛”建成前,老人们就经常搬个小椅子,聚在这处阳光最为充足的地方晒太阳。但这里地处三岔路口,既不安全又影响出行,急需增加助老日晒设施。

摸清居民需求后,如何解决?首先遇到的就是资金问题。绿八党总支借力2022年荣膺“全国老年友好型示范型社区”东风,得到了上海市老龄事业发展促进中心、上海交通大学健康长三角研究院的大力支持。

刘观锡说,还有一个难点是征求居民意见,有少数几户居民一开始不同意。比如有年轻人觉得“阳光岛”和他们关系不大,也有的担心建成后会很吵闹等,工作人员一一进行了沟通化解。

通过调研课题、民主协商、提交方案、专业设计、专家评审,以及相邻的16-17号公租房和10号楼动迁房居民投票表决,该项目最终落地实施。经过两个多月的施工,“乐健阳光岛”建成开放。

这样的“阳光岛”能否推广到更多小区?刘观锡认为,对于老年人多的小区,非常值得推广,尤其是像这种小高层林立的小区,少见阳光的。

如何让“阳光岛”更温暖?这里还有望进一步升级。刘观锡说,“阳光岛”地处三岔路口,风比较大,夏天也有不少居民在此乘凉,目前正在寻找好方案,让冬日晒背、夏天纳凉都更为舒适。同时,也希望“阳光岛”不仅能晒太阳,还将朝着化解邻里矛盾、促进社区和谐的目标努力。

文/晨报记者 潘文
图/晨报记者 潘文 受访者提供

